

## Auslands-Bericht von September 2019 bis zum März 2020

### Portland State University, Portland

#### **1. Allgemeines**

Ich habe an der PSU den Herbst- und Winterterm belegt. In Deutschland studiere ich Psychologie, ich habe aber das Auslandssemester auch dazu genutzt, neben einigen Psychologiekursen (z.B. Psychology of Human Sexuality) auch Kurse außerhalb meines Faches zu belegen (z.B. Women Studies, einen Yogakurs und einen Sportkurs).

Für Oregon habe ich mich hauptsächlich entschieden, weil ich von der unglaublich schönen und abwechslungsreichen Natur gehört habe und ich in einen Bundesstaat wollte, der nicht unbedingt das typische Reiseziel in den USA (wie z.B. Kalifornien) ist. Außerdem hat mich Portland als Stadt sehr interessiert.

#### **2. Die Reise selbst**

Es lohnt sich auf jeden Fall, sich frühzeitig um das Visum und die Flüge zu kümmern, um sich einigen Stress und auch etwas Geld zu sparen. Ich hatte mein Visums-Interview bereits 3 Monate vor meiner Abreise und habe so alles früh genug zugeschickt bekommen. Auch den Flug habe ich relativ früh gebucht – hier lohnt es sich, etwas Routen und Preise zu vergleichen. Ich bin dann von Frankfurt über Lissabon nach San Francisco geflogen und habe dann noch mit zwei anderen Auslandsstudierenden einen Roadtrip durch Nordkalifornien bis nach Portland gemacht.

#### **3. Die Unterbringung**

Um die Unterkunft in Portland habe ich mich bereits im Voraus mit einem anderen Austauschstudenten aus meinem Studiengang gekümmert, was sich allerdings als recht schwierig herausstellte. Wir hatten das Glück, dass wir eine ehemalige Austauschstudentin, die in Heidelberg war und in Portland lebt, kannten und sie für uns einige Wohnungen besichtigen konnte, die wir auf Craigslist gefunden hatten. Das war wirklich sehr hilfreich. Wir haben dann eine sehr schöne 3-Zimmerwohnung nahe Downtown Portland gefunden. Die Wohnung war schon sehr teuer, aber dafür eben auch zentral gelegen, gut gepflegt und wir hatten sehr viel Platz. Fürs Einrichten lohnt es sich in Facebook-Gruppen (z.B. Portland Free Market) oder auf Craigslist zu schauen, da man dort oft sehr günstige oder sogar kostenlose Sachen findet. Auch in Thriftstores (z.B. Goodwill) gibt es manchmal günstige Möbel, Geschirr, etc.

Wir mussten für die Wohnung von der Vermietungsfirma aus eine Versicherung abschließen. Hierfür kann ich die „Lemonade“-Versicherung sehr empfehlen, da sie sehr leicht über eine App abzuschließen und zu kündigen ist.

#### 4. Studium an der Gasthochschule

Der größte Unterschied zum Studium in Deutschland besteht darin, dass alles viel mehr ist wie in der Schule. Fast alle Vorlesungen sind eher aufgebaut wie Seminare, das heißt die Anwesenheit und manchmal auch die Mitarbeit während der Stunde zählen mit in die Note. Außerdem gibt es meistens nicht nur eine Klausur am Ende des Semesters, sondern 2-3 kleinere Klausuren und häufig zusätzlich noch kleine wöchentliche Hausaufgaben/Abgaben. Der Arbeitsaufwand während des Semesters war also deutlich höher als ich das aus Deutschland gewohnt war. Dafür hatte ich das Gefühl, dass ich dann nicht mehr so viel explizit für die Klausuren lernen musste und die stressige Klausurenphase am Ende des Semesters fällt weg. Außerdem habe ich das generelle Leistungsniveau als deutlich niedriger empfunden und es war relativ einfach gute Noten zu bekommen, solange man alle Abgaben eingehalten hat und anwesend war. Die sprachlichen Anforderungen haben sich eher darauf bezogen, dass eben Klausuren und Hausarbeiten auf Englisch verfasst werden mussten. Da die Fachliteratur in Psychologie sowieso überwiegend englisch ist, war das zumindest keine große Umstellung.

Generell bietet die PSU relativ viele interessante Kurse in Psychologie und auch in anderen Fachbereichen an. Ich habe so auch Sportkurse besuchen können und habe im Universitäts-Chor gesungen. Studierende können kostenfrei das Rec-Center nutzen, in dem es einen Pool, Basketballhallen, eine kleine Kletterhalle und einen Fitnessraum gibt. Es gibt eine relativ große Bibliothek, die ausreichend mit PCs und Druckern ausgestattet ist.

#### 5. Betreuung an der Gastuniversität

Ich habe die Betreuung an der PSU als sehr gut empfunden. Schon vor dem Semester, habe ich regelmäßig E-Mails von einer Studentin dort bekommen, die mir als Tutorin zugeteilt wurde. Ihr konnte ich schon vor der Abreise alle Fragen stellen und auch während des Aufenthalts war sie eine Ansprechpartnerin. Es gab am Anfang des Semesters eine Einführungswoche für internationale Studierende, in denen uns Dinge zum Studium und auch bezüglich der Visumsvorschriften in den USA erklärt wurden. Das International Office war generell immer eine hilfreiche Anlaufstelle bei Problemen und ich habe die Erfahrung gemacht, dass man dort sehr schnell Antworten auf E-Mails erhält und bei jeglichen Unsicherheiten nachfragen kann.

Auch die Dozierenden waren immer sehr verständnisvoll, wenn man zusätzliche Fragen hatte. Generell hatte ich das Gefühl, dass die Dozierenden sehr bemüht sind, die Studierenden gut zu betreuen und man muss wirklich nie zögern, Fragen zu stellen oder die Sprechstunden in Anspruch zu nehmen.

#### 6. Alltag und Freizeit

Portland bietet als Stadt unglaublich viele Freizeitmöglichkeiten. Es gibt sehr viele Bars, Restaurants, Cafés, Food Carts und Thriftstores. Die Stadt ist sehr grün und es gibt viele schöne Parks. Außerdem ist man umgeben von schöner Natur und wenn man sich ein Auto mietet, kann man schon innerhalb von 2 Stunden viele schöne Orte erkunden (z.B. Columbia River Gorge, Cannon Beach, Trillium Lake, etc.). In der Stadt braucht man meiner Meinung nach eher kein Auto. Portland hat ein relativ gut ausgebautes öffentliches Verkehrsnetz, was zwar nicht an die üblichen Verhältnisse in deutschen Städten rankommt, aber ausreichend ist, um in der Stadt gut klarzukommen. Außerdem kann man von der Uni aus täglich 90 Minuten kostenlos eines der vielen Biketown-Fahrräder leihen, die in der Stadt verteilt sind. Das Fahrradnetz ist für amerikanische Verhältnisse auch recht gut ausgebaut. Ich habe aber auch oft Lyft oder Uber genutzt, um mich gerade abends fortzubewegen.

Ein Bank Konto kann man als Studierende sehr einfach und kostenlos bei den meisten Banken eröffnen. Ich war beispielsweise bei der US-Bank und konnte so problemlos z.B. die monatliche Miete oder die anfallenden Semesterbeiträge gebührenfrei überweisen.

## **8. Fazit**

Ich kann jedem ein Auslandsaufenthalt in Oregon, speziell in Portland, empfehlen. Ich habe mich in der Stadt sehr schnell wohl gefühlt und es war eine schöne Abwechslung mal ein anderes Universitätssystem kennenzulernen. Wer eine typisch amerikanische College-Erfahrung mit großer Campus-Uni, Studentenverbindungen und College-Football sucht, der kommt in Eugene oder Corvallis wahrscheinlich mehr auf seine Kosten. Dafür ist Portland einfach eine wunderschöne Stadt, die einen ganz eigenen Flair hat und in der einem nie langweilig wird.